



# Mentaal welzijn & zingeving

Prof. dr. Anke I. Liefbroer

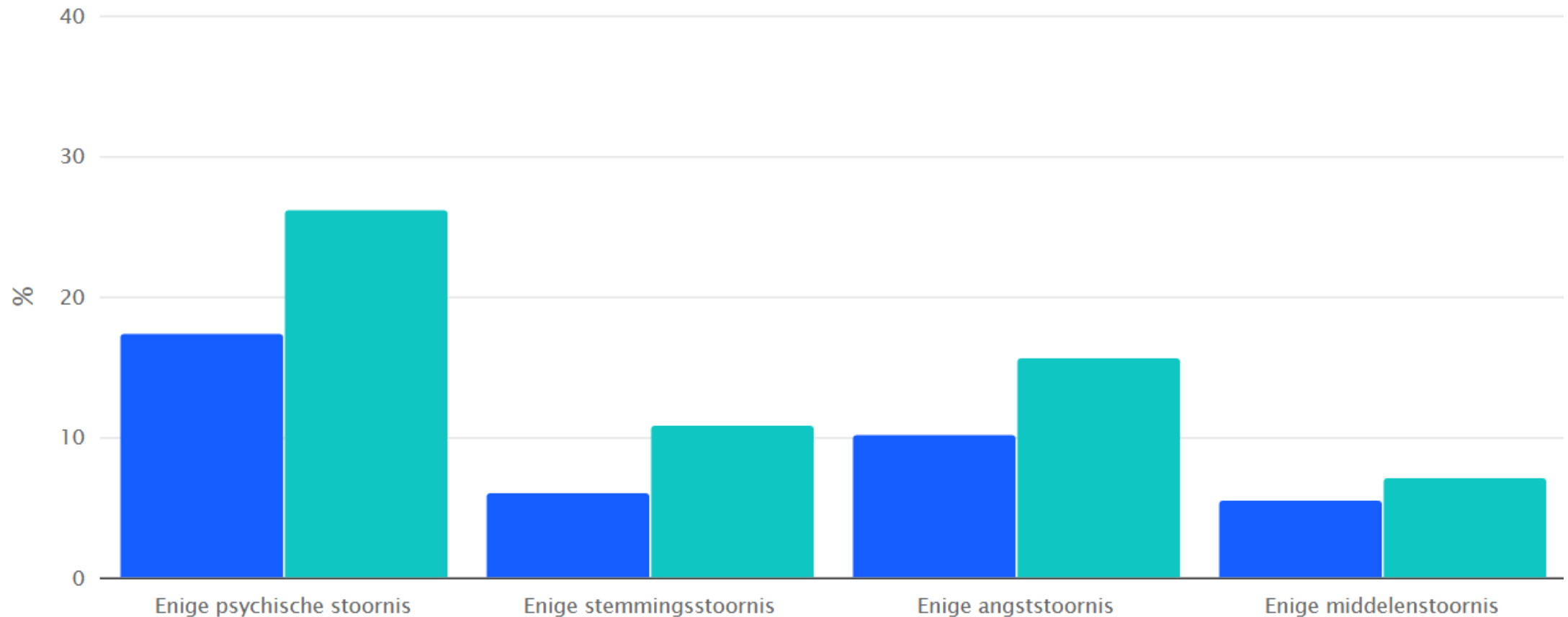
# Mentaal welzijn onder druk

Trends in het vóórkomen van psychische aandoeningen in de afgelopen 12 maanden (%)



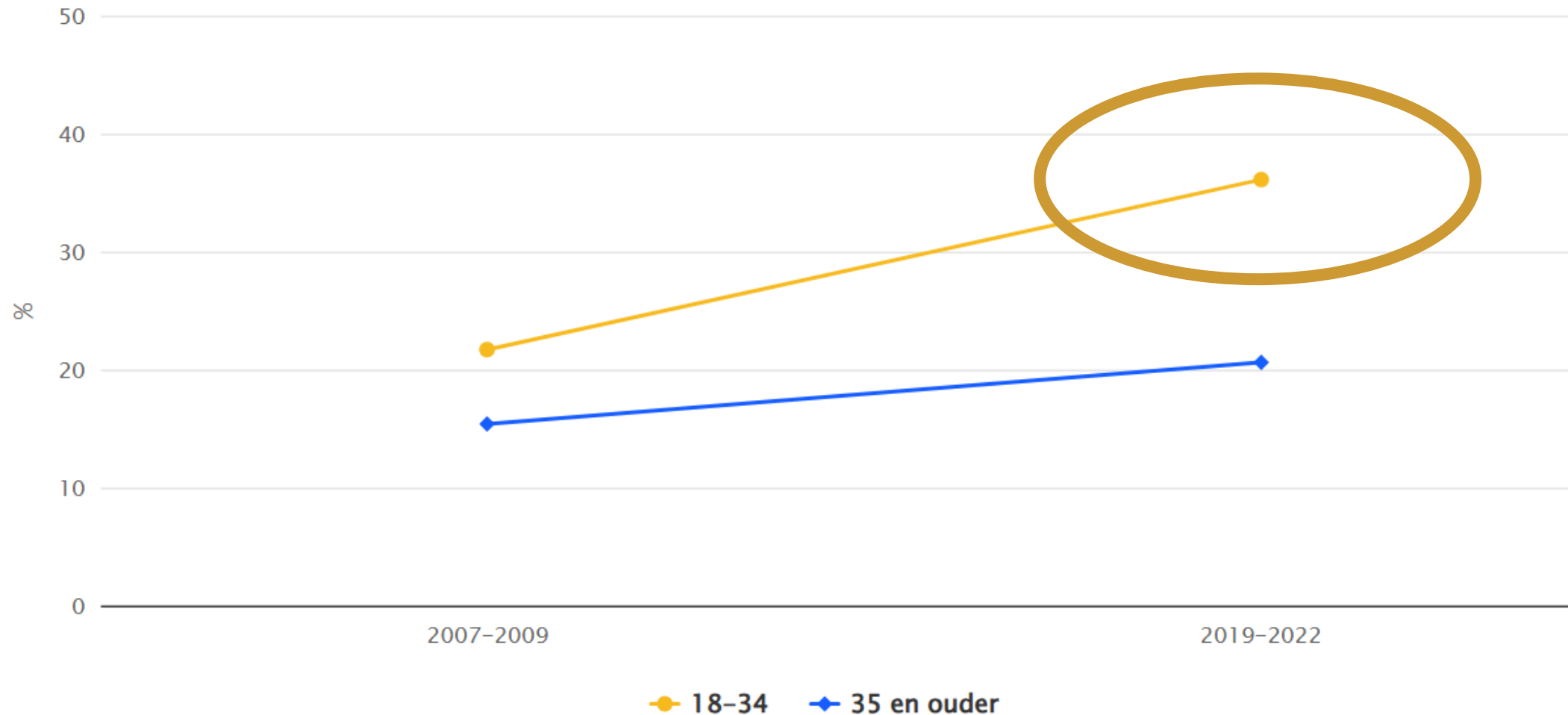
■ 2007-2009

■ 2019-2022



# Mentaal welzijn onder druk

Trend in het vóórkomen van enige psychische aandoening, naar leeftijd (%)



# Mentaal welzijn onder druk



# Mentaal welzijn onder druk

nrc

NIEUWS

## Meer dan mentale beeld'

GGD en RIVM Uit onpsychische klachten' onderliggende oorzaak

Liam van de Ven

27 maart 2023 • Leestijd 2 minute

TILBURG



NIEUWS

## De zorgpremie stijgt harder dan ooit. Hoe houdbaar zijn de steeds hogere zorgkosten?

De zorgpremie gaat richting de 150 euro per maand, nooit eerder stegen de prijzen zo hard. Hoelang kunnen we dit nog opbrengen? 'Er is geen reden elkaar de put in te praten.'

Michiel van der Geest 26 september 2023, 03:55

Bewaren

Delen



de Volkskrant

Log in

Abonneren vanaf

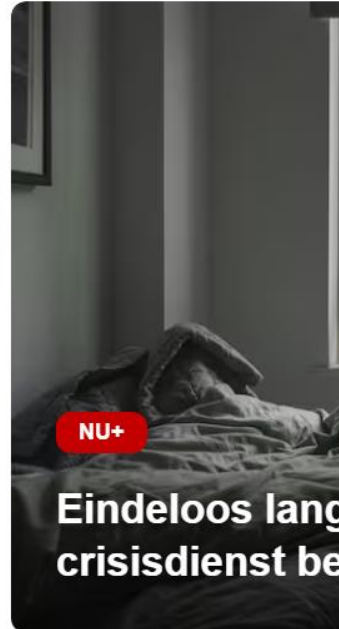


Medicijnen liggen opgeslagen in het Universitair Medisch Centrum Groningen. Harry Cock / de Volkskrant



Net binnen

Algemeen



NU+

Eindeloos lang crisisdienst be

Door Julia van Dunschoten

24 okt 2024 om 06:30

De wachttijden in de g vindt stichting Recht c lezers Quinn en Sam d in 2026 aan de beurt."

Gezondheidszorg

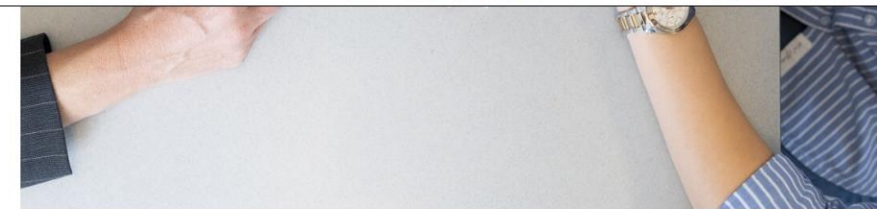
## In de ggz-instelling ligt de werkdruk veel hoger dan in het ziekenhuis



Trouw

Log in

Abonneren vanaf 2

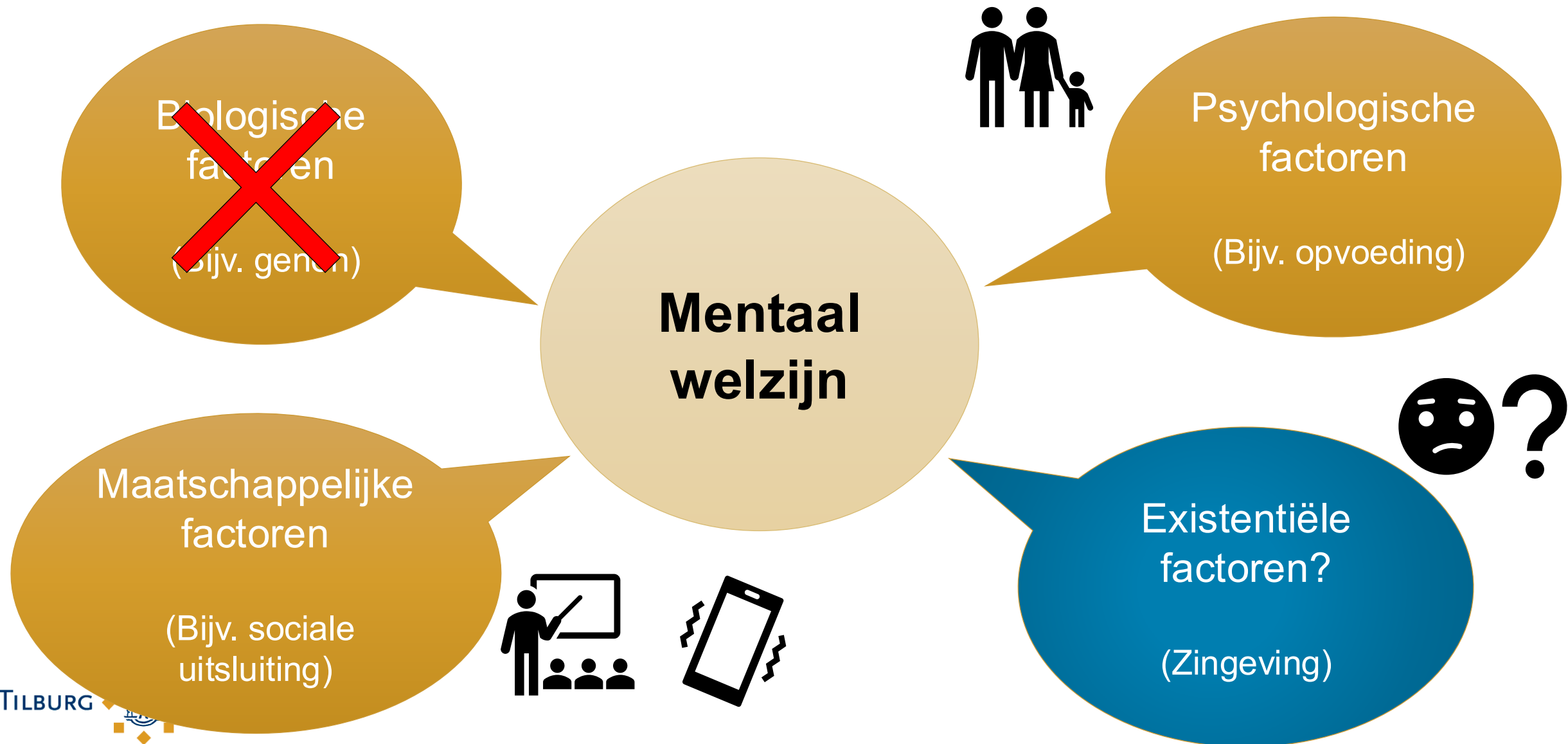


ANP

In de geestelijke gezondheidszorg loopt de werkdruk steeds verder op. Een op de vier jonge medewerkers krijgt nu zelf psychische hulp.

Maurice Timmermans 4 december 2023, 06:39

# Een 'bio-psycho-sociaal-spiritueel verklaringsmodel'

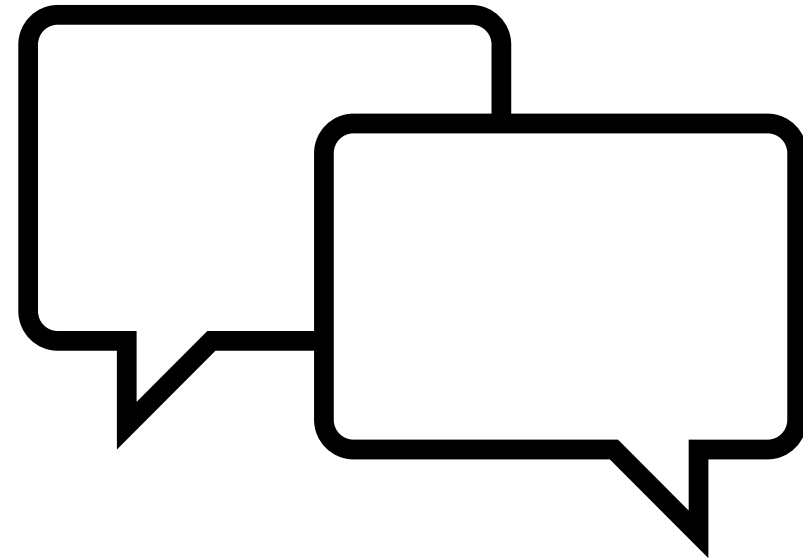


# Zingeving – wat is dat eigenlijk?



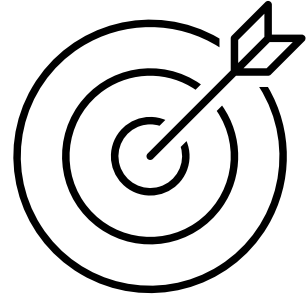
# Zingeving – wat is dat eigenlijk?

- Conceptuele analyse
  - Modelvoorbeeld: ‘Als dit geen zingeving is, dan is niks zingeving’
  - Tegenvoorbeeld: ‘Wat dit ook is, het is geen zingeving’
  - Randvoorbeeld: ‘Ik weet niet zeker of dit wel of geen zingeving is’

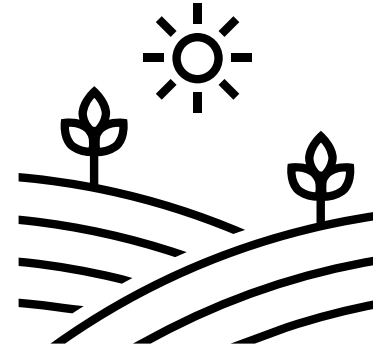




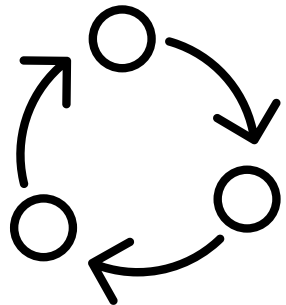
# Zingeving – wat is dat eigenlijk?



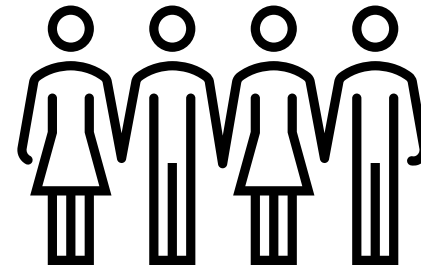
Doelgerichtheid  
(*Purpose*)



Ertoe doen  
(*Significance*)



Coherentie  
(*Coherence*)

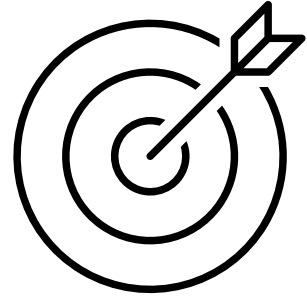


Verbondenheid  
(*Belonging*)

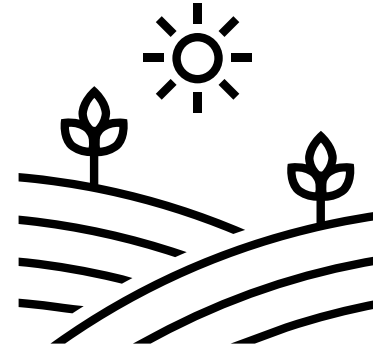
## Modelvoorbeeld Zingeving (deelaspect *verbondenheid*)

*Layla loopt graag in de natuur. Ze voelt zich daar vaak overweldigd door de schoonheid van alles wat ze om zich heen ziet. Ze voelt dan sterk dat zij zelf nietig is, te midden van deze gigantische wereld. Ze denkt: 'wat ik doe, maakt niet zo heel veel uit, want die wereld gaat toch wel door' en vindt die gedachte geruststellend.*

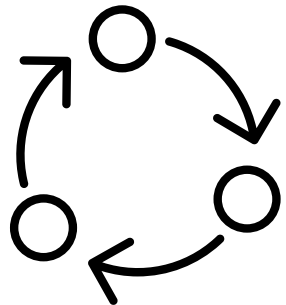
# Zingeving – wat is dat eigenlijk?



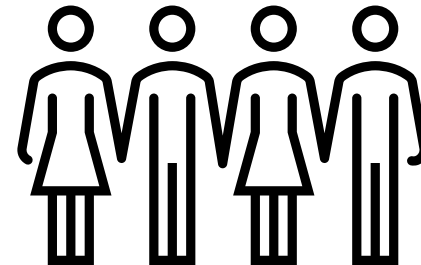
Doelgerichtheid  
(*Purpose*)



Ertoe doen  
(*Significance*)



Coherentie  
(*Coherence*)

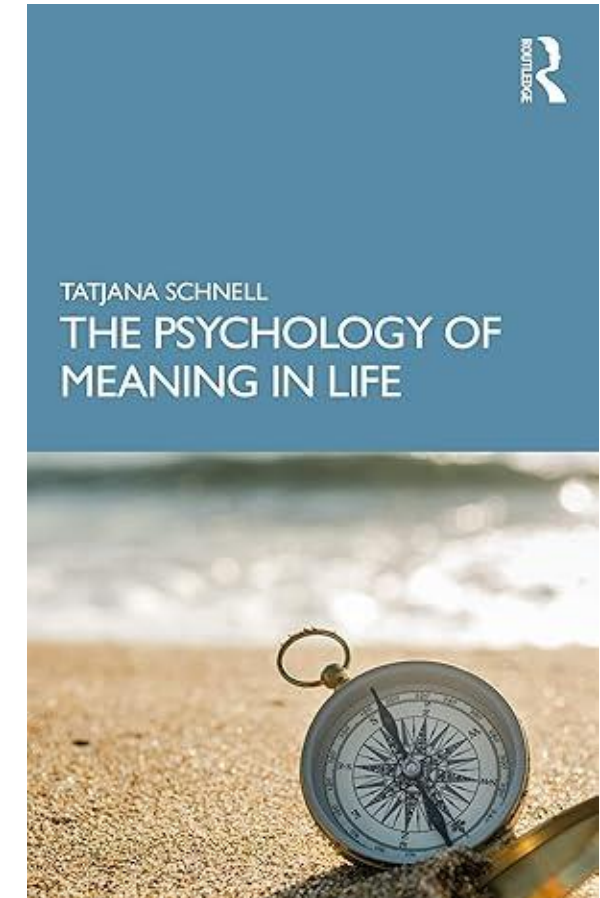


Verbondenheid  
(*Belonging*)

# Bronnen van 'zin'?

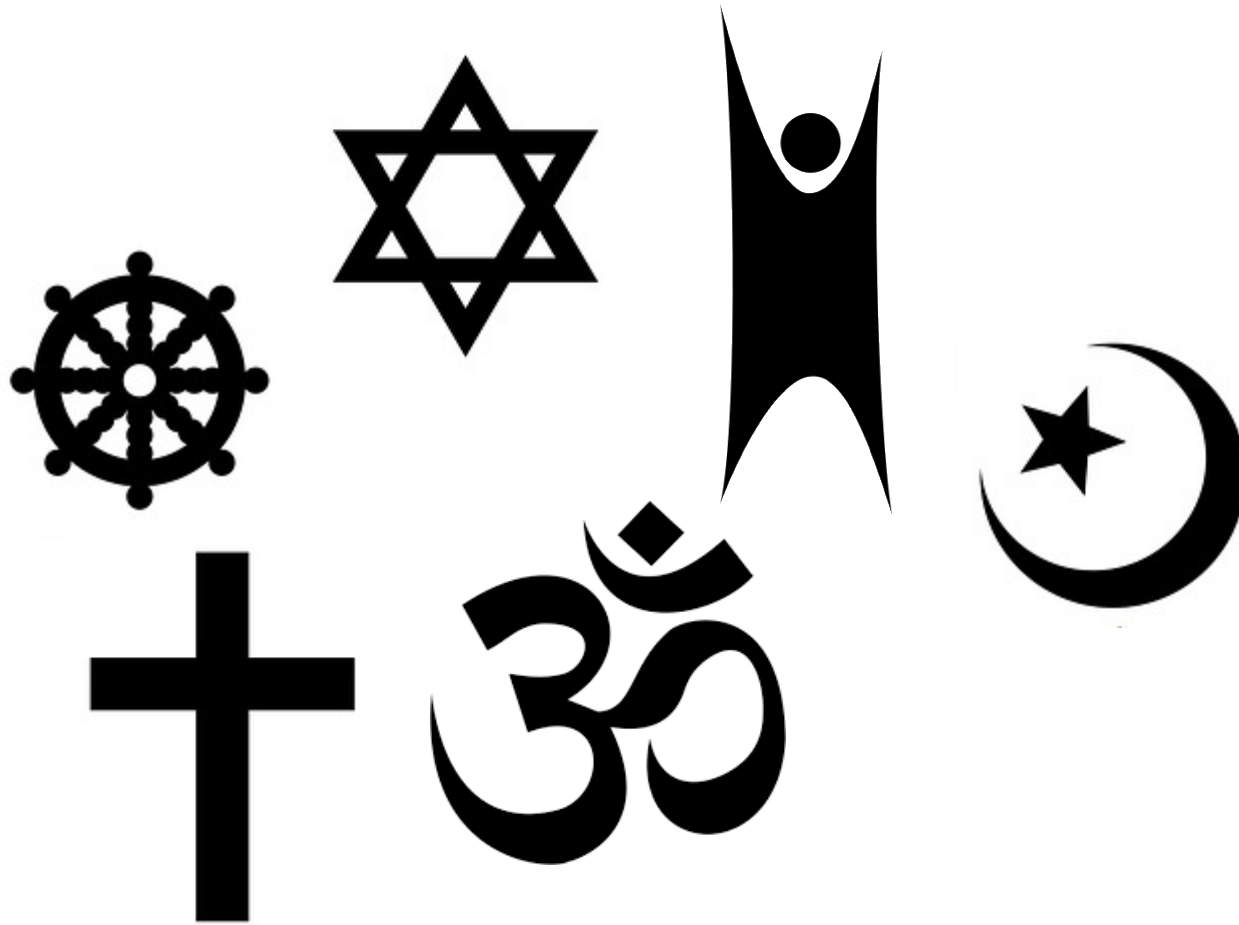


180 zingeingsvormen

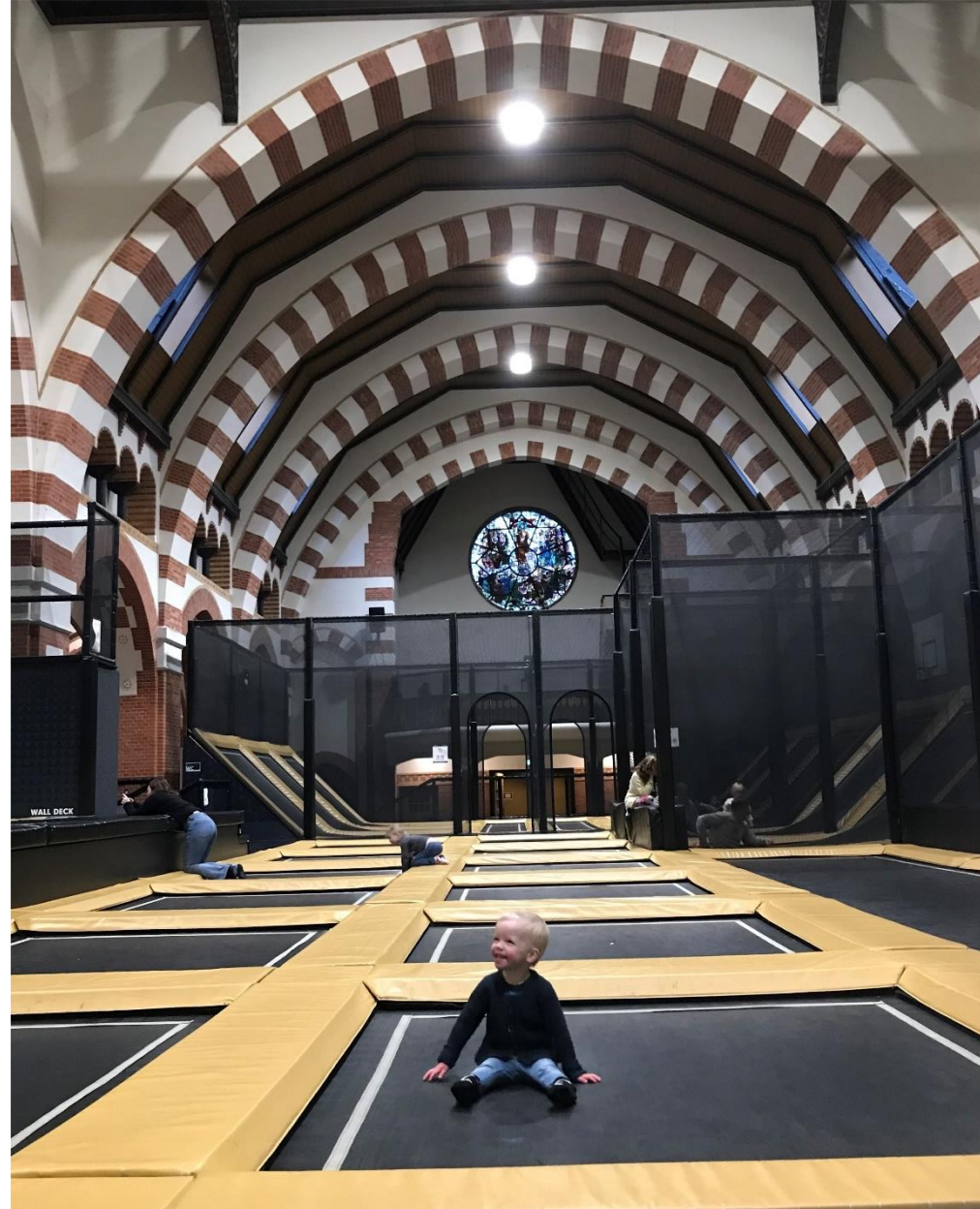


26 bronnen van zin  
(*'Sources of Meaning in Life'*)

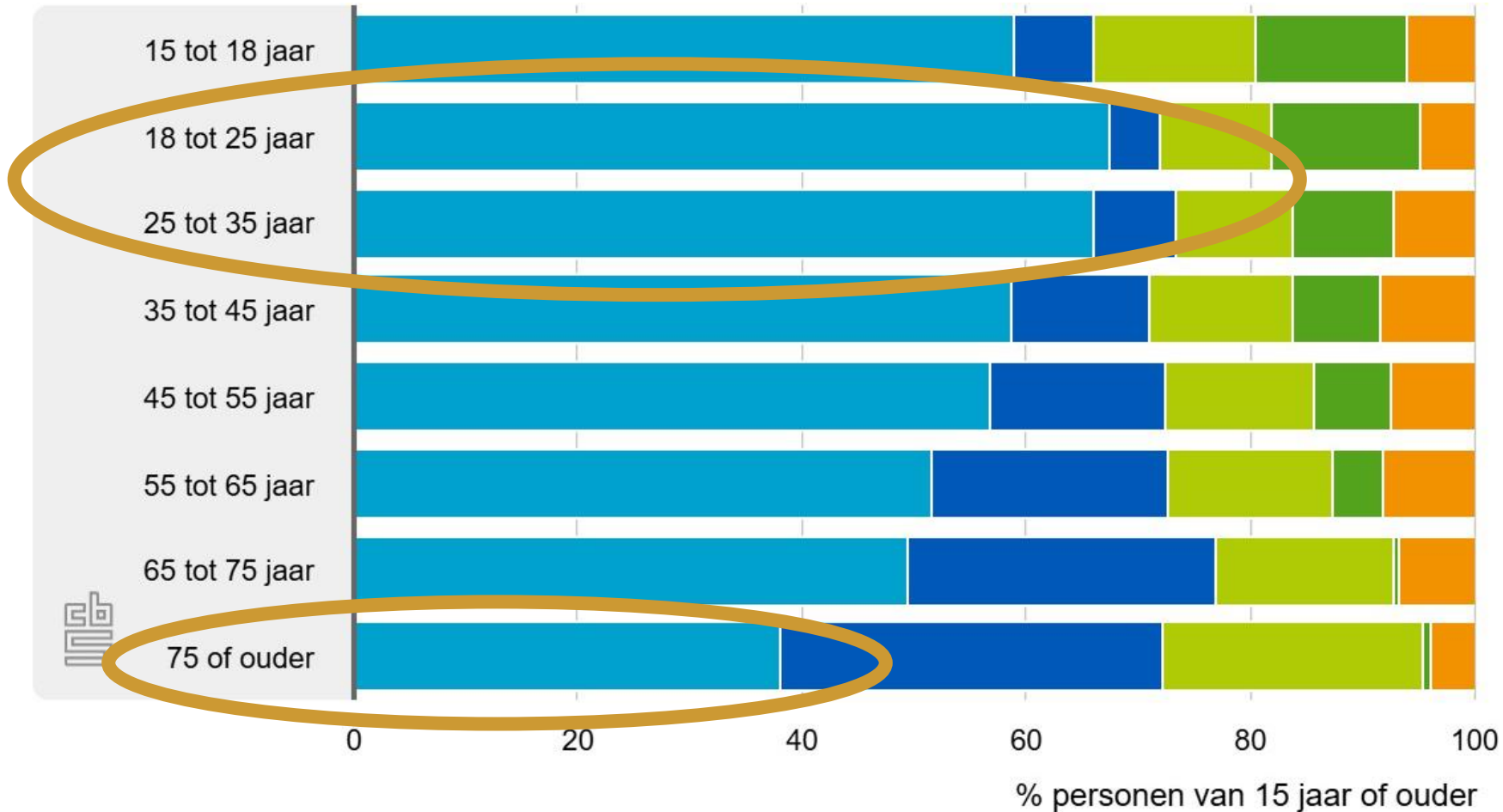
# Religie / levensbeschouwing als bron van zin



# Secularising

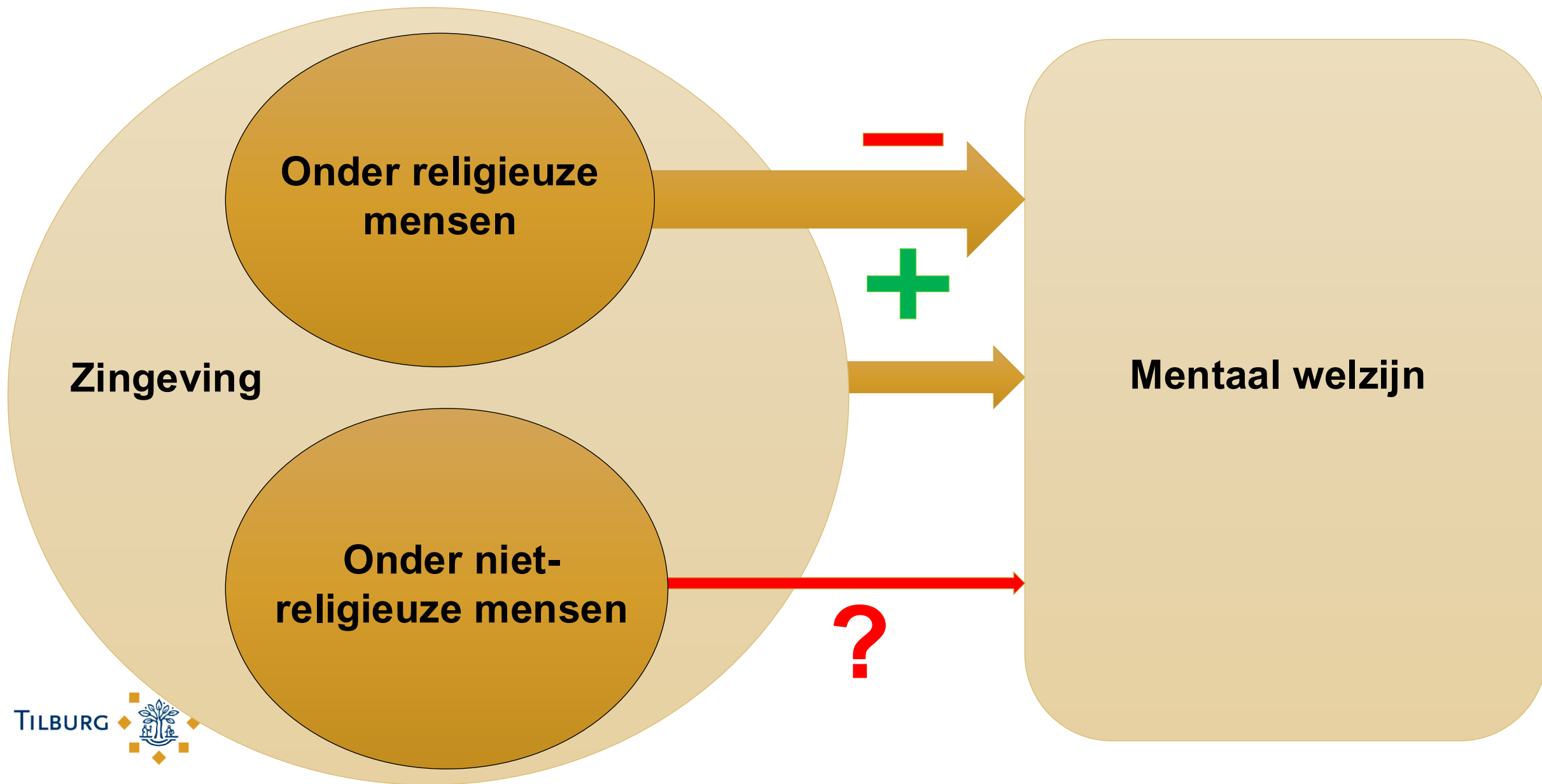


# Levensbeschouwelijke gezindte naar leeftijd (CBS, 2024)





# Onderzoek naar zingeving & mentaal welzijn



# Onderzoeksvragen, o.a.:

- Hoe gaan jongvolwassenen – ook niet-religieuze jongvolwassenen – om met levensvragen? Waar zoeken/vinden zij zin en betekenis?
- Hoe hangt zingeving – in een gesecculariseerde en gepluraliseerde samenleving – samen met mentaal welzijn?

Vragen voor praktijk:

- Hoe ziet de aandacht voor en begeleiding bij zingeving eruit?
- Wat doen verschillende professionals op dit vlak?
- En welke rol speelt hun eigen levensbeschouwing hierin?

# Praktijk: zorg voor zingeving

Interfaith spiritual care



Anke I. Liefbroer

# Wie doet wat in de zorg voor zingeving?





# Zorg voor zingeving: hoe dan?

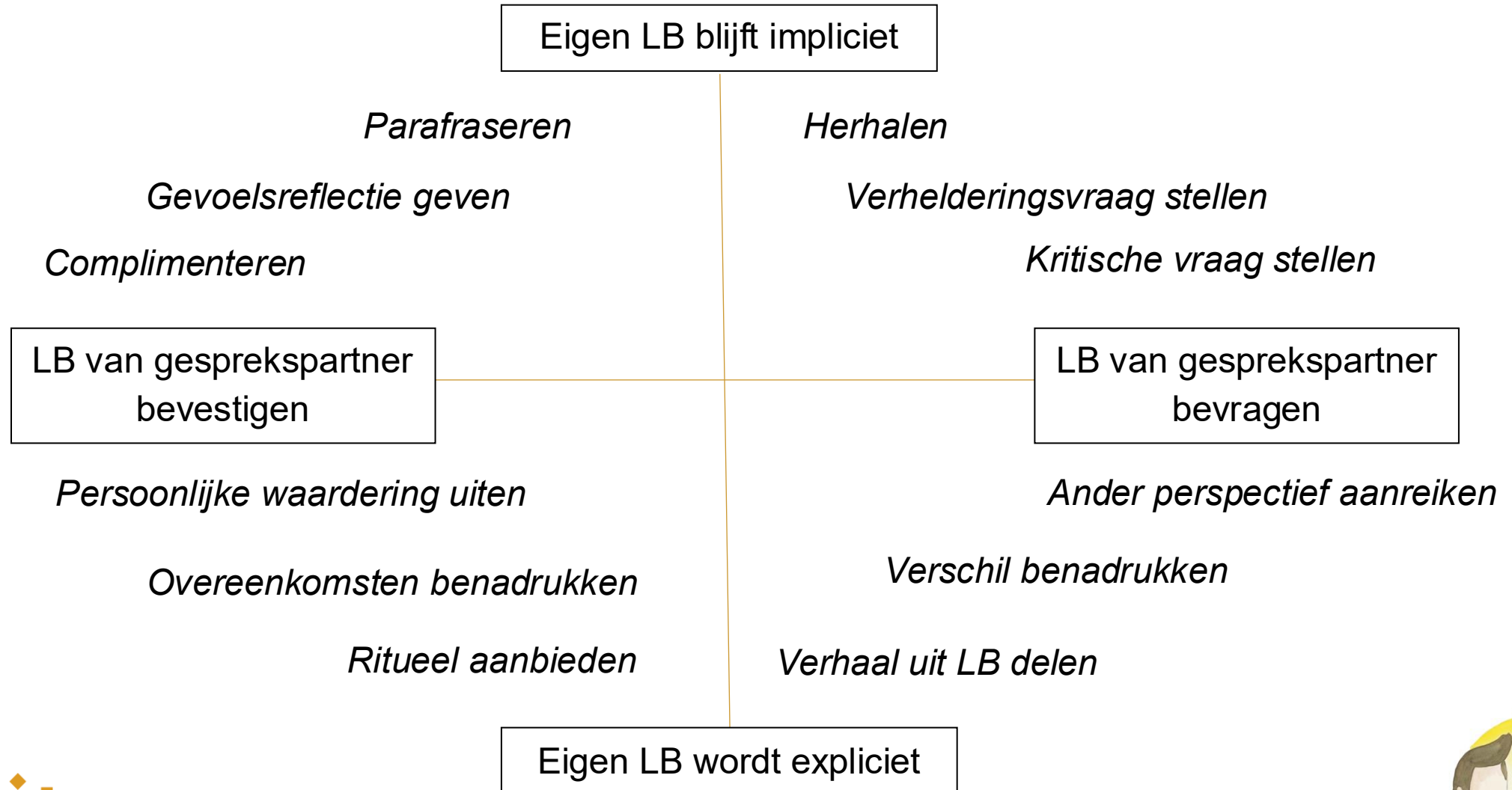


# Gesprekstechnieken (enkele voorbeelden)

	Voorbeeld
<b>Parafraseren</b>	“Ergens is voor u, bepaalde processen in het leven worden nu een stuk belangrijker eigenlijk.”
<b>Complimenteren</b>	“Ja, het zijn wel.. twee mooie woorden die u gebruikt. Oprecht en mededogen.”
<b>Verdiepingsvraag stellen</b>	“Ja. En kan je ook, kan je ook zeggen wat het voor jouzelf betekent? Wat het voor jou zelf eh ja, waarom het je zo raakt?”
<b>Kritische vraag stellen</b>	“En ben je nou meester van de situatie geweest?”
<b>Verhaal delen</b>	RP: “Het doet me een beetje denken uit het verhaal, uit de Bij... in, het verhaal in de Bijbel over de honderd schapen, maar er waren er negenennegentig...” Pt: “...gevonden, en één was er zoek. Toen was ‘ie aan ‘t zoeken, en gevonden.”
<b>Verschillen benadrukken</b>	“Het komt voor een buitenstaander wel eh bar over ja.”



# Gesprekstechnieken in matrix



# Afsluiting / gespreksvragen

- Welke rol speelt zingeving in uw leven / professionele praktijk?
- Als u met anderen in gesprek gaat / zou gaan over zingeving, hoe zou u dit dan doen? Welke rol speelt uw eigen levensbeschouwing daarin?
- Wat zou u (nog meer) willen weten over zingeving en mentaal welzijn?

